

# Ketahanan Pangan dan Gizi serta Mekanisme Bertahan pada Masyarakat Tradisional Suku Ciptagelar di Jawa Barat

## (Food Security and Nutrition and Coping Mechanism in Ciptagelar Traditional Community in West Java)

Ali Khomsan\*, Hadi Riyadi, Sri Anna Marliyati

### ABSTRAK

Budaya memegang peran penting dalam ketersediaan pangan masyarakat dan pola konsumsi, yang pada akhirnya akan berdampak pada status gizi dan kesehatan. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis (1) ciri sosio-ekonomi rumah tangga; (2) status gizi anak; dan (3) mekanisme bertahan (*coping mechanism*) untuk mendukung kecukupan pangan rumah tangga. Penelitian dilakukan pada masyarakat adat Ciptagelar, Jawa Barat, dan berlangsung dari Maret–Oktober 2013. Sampel dipilih sebanyak 65 rumah tangga. Rata-rata pendapatan rumah tangga adalah Rp285.753,00 per kapita per bulan, sedangkan pengeluaran totalnya mencapai Rp393.590,00. Prevalensi bobot rendah (*underweight*) pada anak 12,5%, pengerdilan (*stunting*) 31,2%, dan *wasting* 12,5%. Mekanisme bertahan yang dilakukan masyarakat ketika menghadapi kendala pendapatan adalah membeli makanan yang lebih murah harganya, mengurangi jenis pangan yang dikonsumsi, dan mengubah prioritas pangan.

Kata kunci: Ciptagelar, mekanisme bertahan, status gizi

### ABSTRACT

Culture plays an important role in food availability and consumption pattern, which then affects nutritional status and health. The objectives of the study were to analyze (1) socio-economic characteristics of household, (2) nutritional status of children, and (3) coping mechanism to support food access. The study was conducted in Ciptagelar Traditional Community, West Java from March–October 2013. Total sample was 65 households. The average income per capita per month was Rp285.753,00 and total expenditure was Rp393.590,00. The underweight prevalence among children was 12.5%, stunting 31.2%, and wasting 12.5%. Coping mechanisms to face income constraint were buying cheaper foods, reducing kinds of food consumed, and changing food priority.

Keywords: Ciptagelar, coping mechanism, nutritional status

### PENDAHULUAN

Pangan tidak hanya sesuatu untuk dimakan, tetapi merupakan bagian integral dari budaya suatu masyarakat, daerah, atau suatu bangsa. Makanan adalah sebuah konsep yang relatif. Pada tingkat global, manusia memakan segala sesuatu asalkan tidak beracun. Namun, ketika kita dihadapkan pada budaya yang berbeda, apa yang dianggap dapat dimakan dalam satu budaya mungkin tidak terjadi dalam budaya yang lain (den Hartog *et al.* 2006).

Di Indonesia, pemenuhan pangan yang menjadi hak asasi setiap rakyat di atur dalam Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2012 tentang pangan. Peta penduduk rawan pangan yang diumumkan oleh BPS pada tahun 2009 masih menunjukkan situasi yang sangat memprihatinkan. Jumlah penduduk sangat rawan pangan, yaitu dengan asupan kalori kurang dari 1.400 kkal per orang per hari mencapai 14,47%, meningkat dibandingkan dengan kondisi tahun 2008, yaitu 11,07%. Rendahnya aksesibilitas pangan, yaitu

kemampuan rumahtangga untuk selalu memenuhi kebutuhan pangan anggotanya, mengancam penurunan konsumsi makanan yang beragam, bergizi-seimbang, dan aman di tingkat rumahtangga. Yang pada akhirnya akan berdampak pada semakin beratnya masalah kekurangan gizi masyarakat, terutama pada kelompok rentan, yaitu ibu, bayi, dan anak (RAN-PG 2011).

Ketersediaan pangan beragam sepanjang waktu dalam jumlah yang cukup dan harga terjangkau oleh semua rumahtangga sangat menentukan ketahanan pangan di tingkat rumahtangga dan tingkat konsumsi makanan keluarga (RAN-PG 2011). Ketahanan pangan yang kokoh di bangun pada tingkat rumahtangga yang bertumpu pada keragaman sumberdaya lokal (Suryana 2005). Keanekaragaman pangan merupakan salah satu upaya untuk mencapai ketahanan pangan dan untuk mengatasi masalah kerawanan pangan baik pada individu, rumahtangga, maupun pada kelompok masyarakat. Berbagai upaya dilakukan oleh keluarga atau masyarakat dalam usahanya menyediakan pangan yang cukup bagi anggotanya. Cara yang dilakukan antara lain dengan memproduksi pangan sendiri di lahan pertaniannya atau pun membeli di pasar atau di warung yang ada di lingkungan mereka (Khomsan 1993).

Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor, Kampus IPB Darmaga, Bogor 16680.

\* Penulis korespondensi: E-mail: erlangga259@yahoo.com

Makanan memberikan elemen identitas budaya pada suatu sekelompok orang, masyarakat, atau bangsa. Dari perspektif ini, seseorang bisa bersikap emosional terhadap suatu jenis makanan. Menolak makanan dari masyarakat atau suatu budaya dapat dilihat sebagai penolakan terhadap seluruh budaya (den Hartog *et al.* 2006).

Menurut Suhardjo (1989) dalam Khomsan *et al.* (2012), setiap masyarakat memiliki budayanya sendiri-adat dan tradisi yang membentuk pola pikir dan emosi masyarakat. Budaya mengajarkan orang bagaimana untuk berbuat dan berusaha guna memenuhi kebutuhan dasar biologis mereka. Budaya juga menentukan apa yang dapat diterima seperti makanan, pada kondisi seperti apa, kapan orang dapat atau tidak dapat makan, makanan apa yang menjadi pantangan dan lain sebagainya. Adapun tradisi yang terkait dengan kebiasaan makan merupakan manifestasi tingkah laku berdasarkan budaya pada setiap suku atau wilayah (Depdikbud RI 1997).

Masyarakat suku Ciptagelar di Kabupaten Sukabumi, Jawa Barat, memiliki sistem sosial budaya dan sistem ekologi yang spesifik. Sistem sosial budaya dan ekologi yang mereka miliki ini akan menciptakan ketahanan pangan dan gizi yang spesifik pula yang sangat menarik untuk dipelajari. Diharapkan dari sistem sosial budaya dan ekologi yang berlaku di masyarakat suku Ciptagelar ini dapat dipelajari hal-hal yang bersifat positif bagi pemenuhan pangan masyarakatnya. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis karakteristik sosio-ekonomi rumah tangga, menganalisis status gizi dan faktor-faktor determinan yang memengaruhinya, dan menganalisis mekanisme bertahan (*coping mechanism*) guna mendukung kecukupan pangan rumah tangga.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan dengan metode survei. Pengamatan dilakukan pada masyarakat adat Ciptagelar yang berada di Kabupaten Sukabumi, Provinsi Jawa Barat, dan berlangsung dari Maret–Oktober 2013.

Jenis data yang dikumpulkan meliputi data ciri sosiodemografi dan ekonomi rumah tangga, segi budaya, segi ekologi, kebiasaan makan, pasokan pangan, konsumsi pangan, status gizi, dan data tentang mekanisme bertahan.

Populasi dalam penelitian ini adalah kumpulan rumah tangga masyarakat Ciptagelar. Dari populasi tersebut dipilih secara acak sebanyak 65 rumah tangga dengan menggunakan teknik penarikan contoh acak sederhana tanpa pemulihan.

Untuk mencapai tujuan penelitian, dilakukan deskripsi sosio-kultur gizi, dan sistem pangan. Deskripsi tersebut dilakukan dengan cara estimasi statistika dasar (statistik elementer) yang mencakup rata-rata, simpangan baku, nilai minimum dan maksimum bagi semua peubah yang bersifat kontinu, dan estimasi proporsi bagi semua peubah kualitatif

atau peubah kuantitatif yang dikategorikan. Hasil estimasi tersebut disajikan dalam bentuk tabel agar ciri sosio-kultur gizi, dan sistem pangan masyarakat Ciptagelar dapat tersaji dengan baik.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Kasepuhan Ciptagelar

Menurut den Hartog *et al.* (2006) kebiasaan makan suatu daerah sering dikaitkan dengan letak geografisnya. Seringkali data konsumsi dan ketersediaan pangan di suatu daerah menunjukkan hubungan antara bahan makanan yang umum dikonsumsi dan sistem produksi yang paling dominan. Domestikasi tanaman yang dipengaruhi oleh iklim, tanah, dan topografi menciptakan dua sistem produksi pertanian utama di dunia, yaitu sistem produksi pertanian dengan benih dan akar/umbi. Ada pun padi/beras mendominasi sistem pangan di daerah beriklim tropis dan sub tropis seperti di kampung adat Kasepuhan Ciptagelar.

Kasepuhan Ciptagelar merupakan salah satu kampung adat yang termasuk dalam kesatuan adat Banten Kidul. Kasepuhan Ciptagelar ini sendiri dahulu berasal dari kerajaan yang dipimpin oleh Prabu Siliwangi yang bertempat di Cipatat, Bogor. Kemudian, karena alasan yang tidak dijelaskan, para tokoh adat di kerajaan tersebut berpencar untuk mendirikan kampung/kasepuhan sendiri-sendiri dengan wewenang yang berbeda-beda dan harus selalu dilestarikan secara turun temurun. Para sesepuh mendapat wewenang untuk tetap melestarikan sistem pertanian tradisional secara turun temurun. Hal inilah yang kemudian menjadi cikal bakal suku Ciptagelar yang sangat erat dan identik dengan sistem pertanian tradisional yang bagus.

Padi bagi masyarakat kampung adat Kasepuhan Ciptagelar bukanlah sekedar komoditas pangan belaka, tetapi simbol dari kehidupan. Sebuah karunia dari sang Pencipta yang dipersonifikasikan sebagai Nyi Pohaci. Padi tidak boleh diperjualbelikan, siklus dan budidaya sistem pertaniannya diatur lewat aturan adat (Sigit 2012). Menurut Abah Ugi, yang merupakan generasi kesebelas Kasepuhan Ciptagelar, sistem pertanian di kampung Ciptagelar ini selalu menggunakan bibit lokal yang telah digunakan secara turun temurun. Selain itu, cara penanaman dan pemupukan padi di Kampung Ciptagelar juga berbeda dari masyarakat luar. Padi di Kampung Ciptagelar ditanam secara alami, dengan sedikit sekali atau bahkan tidak menggunakan pestisida, serta tidak menggunakan peralatan pertanian modern, seperti traktor. Di samping itu, selama proses penanaman padi, selalu diadakan upacara-upacara adat seperti *sapang jadian pare, pare ngidam, mapag pare beukah, mipit pare, dan ngayaran*, dengan maksud agar panen padi yang dihasilkan berlimpah serta dapat mencukupi kebutuhan pangan masyarakat selama 1 tahun ke depan.

Selain berbagai upacara tersebut, ada juga syukuran atau selamatan kecil yang dilakukan saat

padi dijemur dan diikat/dipocong, syukuran saat padi dibawa ke rumah (*selametan pare ngunjal*), serta syukuran saat indung padi diletakkan di *leuit* paling bawah (*syukuran ngadiaken indung*). Hal ini kemudian dijadikan indikator kerawanan pangan jika sampai padi di *leuit* sudah mencapai indung (bagian dasar *leuit*).

**Ciri Sosio Ekonomi dan Demografi Rumah Tangga**

Rata-rata jumlah anggota rumah tangga di Kasepuhan Ciptagelar tergolong rumah tangga ideal, yakni berjumlah 3–4 orang. Hal tersebut mengindikasikan bahwa rata-rata jumlah anak per rumah tangga adalah 2 orang. Umur istri 6,1 tahun lebih muda daripada umur suami, tetapi menurut kategori umur Depkes RI Tahun 2010 suami istri di Ciptagelar termasuk ke dalam kategori umur masa dewasa akhir (36–45 tahun). Rata-rata lama pendidikan suami dan istri pada umumnya kurang dari 5 tahun atau tidak sampai lulus sekolah dasar.

Pendapatan keluarga merupakan pendapatan total keluarga yang diperoleh dari berbagai sumber, yaitu hasil kepala keluarga, hasil istri, hasil pemberian, hasil pinjaman, dan hasil usaha sampingan per bulan (Nurani *et al.* 2009). Rata-rata pendapatan rumah tangga Rp285.753,00 per kapita per bulan, sedangkan pengeluaran totalnya mencapai Rp393.590,00 atau hampir 1,5 kali lebih tinggi dari pendapatan. Secara umum sumber pendapatan rumah tangga didapat dari pekerjaan suami dan istri sebagai petani (masing-masing 90,2 dan 41,5%), dan sebagian kecil lainnya dari profesi buruh nontani, jasa, dan pedagang. Di sisi lain, bila dilihat dari nisbah pengeluaran, sebesar 52,9% pengeluaran digunakan untuk kebutuhan pangan dan 47,1% sisanya digunakan untuk keperluan non-pangan.

Pengeluaran pangan rumah tangga terbesar berturut-turut digunakan untuk membeli minuman (12,13%), lauk pauk (11,52%), dan jajanan (10,87%). Yang menarik adalah pengeluaran pangan untuk beras yang merupakan makanan pokok hanya 2,13% saja, karena padi atau beras bagi masyarakat Ciptagelar bukan sekadar komoditas pangan belaka, tetapi simbol dari kehidupan sehingga padi tidak boleh diperjualbelikan. Sebaliknya, pengeluaran nonpangan didominasi untuk membeli rokok (23,17%) dan lain-lain termasuk transpor, sumbangan, pajak, kredit, dan pulsa (10,22%).

**Ketersediaan Pangan**

Satu hal yang menjadi keistimewaan masyarakat

Tabel 1 Ciri sosio-demografi rumah tangga

Ciri rumah tangga	Rata-rata ± Sd
Jumlah anggota keluarga (orang)	3–4 ± 1–2
Umur (tahun)	
- Suami	44,7 ± 16,2
- Istri	38,6 ± 16,0
Pendidikan (tahun)	
- Suami	4,7 ± 3,8
- Istri	4,2 ± 3,3

adat Ciptagelar (sebagaimana masyarakat adat lainnya di tatar Sunda) adalah adanya ketahanan dan kemandirian pangan yang kuat karena didukung juga oleh sistem logistik yang kuat berupa gudang tempat penyimpanan cadangan makanan yang dinamakan *leuit* (Anonim 2011).

Ketersediaan pangan masyarakat suku Ciptagelar dapat dilihat dari jumlah kepemilikan *leuit*nya. Masyarakat rata-rata memiliki *leuit* sebanyak 2 buah dengan kapasitas 615,6 pocong atau setara dengan 2.462,4 kg. Akan tetapi, isi *leuit* yang dimiliki saat ini hanya sebanyak 396,5 pocong atau setara dengan 1.586 kg. Data selengkapnya disajikan pada Tabel 3.

**Asupan Energi dan Kecukupan Gizi Rumah Tangga**

Masalah pangan dan gizi merupakan masalah yang kompleks dan saling berkaitan serta disebabkan oleh faktor yang beragam, salah satunya disebabkan oleh faktor konsumsi pangan. Menurut Park *et al.* (2005), banyak faktor yang memengaruhi pola konsumsi pangan antara lain faktor sosial budaya, demografi, dan faktor gaya hidup. Interaksi beragam faktor tersebut selanjutnya akan membentuk kebiasaan pangan masyarakat. Berkaitan dengan hal tersebut, penilaian terhadap pola konsumsi pangan masyarakat dapat dijadikan sebagai salah satu upaya untuk menggambarkan keadaan pangan dan gizi pada masyarakat tersebut. Leyna *et al.* (2010) menambahkan bahwa pola konsumsi pangan masyarakat berhubungan signifikan dengan kondisi ketidaktahanan atau ketahanan pangan masyarakat. Apabila kondisi ketahanan pangan baik, maka pola konsumsi juga mengarah pada pangan-pangan yang lebih berkualitas.

Menurut Nguyen *et al.* (2013) pola konsumsi pangan individu dapat mencerminkan kecukupan gizi seseorang. Keanekaragaman konsumsi pangan merupakan upaya seseorang untuk mencukupi asupan gizinya baik berupa energi, protein, vitamin, mineral dan lain-lain. Pada dasarnya semakin beragam konsumsi pangan seseorang semakin besar peluang mencukupi kebutuhan gizinya.

Tabel 2 Pendapatan dan pengeluaran rumah tangga (Rp/kap/bulan)

Peubah	Rata-rata ± Sd
Pendapatan (Rp/kap/bulan)	285.753 ± 418.206
Pengeluaran (Rp/kap/bulan)	
- Pangan	215.437 ± 188.184
- Non.pangan	178.153 ± 142.989
- Total pengeluaran	393.590 ± 283.493
Nisbah pengeluaran (%)	
- Pangan	52,9 ± 17,1
- Non-pangan	47,1 ± 17,1

Tabel 3 Kepemilikan *leuit* (lumbung padi)

Ciri <i>leuit</i>	Rata-rata ± Sd
Jumlah <i>leuit</i> yang dimiliki (buah)	1,9 ± 1,1
Kapasitas <i>leuit</i> (pocong)	615,6 ± 422,2
Isi <i>leuit</i> yang dimiliki saat ini (pocong)	396,5 ± 335,5

Pada Tabel 4 terlihat bahwa asupan energi rumah tangga rata-rata 2.800 kkal. Asupan tersebut jauh melebihi angka kecukupan gizi yang dianjurkan (145%). Asupan protein juga tinggi, yaitu 100 g atau hampir 2x angka kecukupan protein. Asupan mineral yang dianalisis adalah kalsium dan besi. Asupan kalsium rata-rata 870 mg. Asupan kalsium ini sudah memenuhi angka kecukupan kalsium. Seperti asupan kalsium, asupan besi rata-rata juga sudah tinggi, yaitu 25 mg dan sudah melebihi angka kecukupan besi (160%). Asupan besi yang tinggi kemungkinan karena konsumsi makanan sumber protein juga tinggi. Asupan vitamin yang disajikan disini adalah vitamin A dan vitamin C. Asupan vitamin A dan vitamin C masih rendah, masing-masing 286 RE dan 22 mg. Asupan vitamin A tersebut hanya memenuhi separuh kebutuhan vitamin A. Asupan vitamin C lebih rendah lagi, yaitu hanya memenuhi sepertiga kebutuhan rumah tangga.

Klasifikasi rumah tangga menurut tingkat kecukupan konsumsi energi dan zat gizi disajikan pada Tabel 5. Rumah tangga yang asupan energinya di bawah 70% angka kecukupan gizi (AKG) merupakan rumah tangga yang tergolong rawan pangan (*food insecure*). Di Ciptagelar hanya ada 9% rumah tangga yang mengalami rawan pangan. Angka ini tergolong kecil. Sedikitnya rumah tangga yang mengalami rawan pangan ini karena sistem pangan masyarakat adat Ciptagelar menganut pertanian subsisten. Adat Ciptagelar tidak membolehkan warganya menjual hasil pertanian (padi), artinya padi hasil pertanian hanya digunakan untuk kebutuhan sendiri setelah dikurangi dengan membayar “zakat” kepada pemimpin adat. Sistem seperti ini tentu saja akan menyelamatkan mereka dari kekurangan pangan (beras) selama pertanian padi berhasil baik dan luas lahan yang diusahakan memadai untuk memenuhi kebutuhannya.

Rumah tangga di Ciptagelar umumnya kurang mengonsumsi sayur dan buah, sehingga banyak (di atas 75%) rumah tangga yang tingkat kecukupan vitaminnya di bawah 70% AKG (Tabel 5). Hal ini kemungkinan karena mereka lebih mementingkan pertanian pangan pokok atau hasil panen sayur dan buah diprioritaskan untuk dijual dalam upaya memenuhi kebutuhan ekonomi mereka.

Tabel 4 Statistik rumah tangga berdasarkan konsumsi energi, AKG, dan % AKG

Zat gizi	Asupan	AKG	% AKG
Energi (kcal)	2863,5 ±	1976,7 ±	145,2 ±
	1019,0	212,9	50,1
Protein (g)	100,0 ±	51,2 ±	195,2 ±
	37,4	5,5	68,9
Kalsium (mg)	872,9 ±	775,2 ±	112,4 ±
	485,4	84,4	61,4
Besi (mg)	25,1 ±	15,9 ±	160,7 ±
	9,7	2,7	67,4
Vitamin A (RE)	286,5 ±	543,1 ±	52,5 ±
	236,0	32,7	43,1
Vitamin C (mg)	22,3 ±	73,6 ±	30,2 ±
	29,1	7,2	39,0

### Status Gizi Balita

Ciri balita disajikan pada Tabel 6. Umur rata-rata 27,7 bulan, bobot badan 11,1 kg, dan tinggi badan 83,0 cm. Rata-rata umur balita sudah lebih dari 2 tahun sehingga anak tersebut berpeluang lebih besar kontak dengan lingkungannya. Anak sudah lebih sering bermain keluar rumah sehingga peluang kontak dengan penyakit juga semakin besar.

Pada Tabel 7 terlihat bahwa prevalensi bobot rendah (*underweight*) 12,5%, prevalensi pengerdilan (*stunting*) 31,2%, prevalensi *wasting* 12,5%, dan prevalensi kurus (*thin*) 25%. Prevalensi pengerdilan ini sedikit lebih rendah dibandingkan dengan prevalensi pengerdilan di Indonesia hasil Riskesdas tahun 2013. Prevalensi *wasting* di atas 10% tergolong tinggi sebagai masalah kesehatan masyarakat, begitu pula prevalensi pengerdilan di atas 30% juga tergolong tinggi sebagai masalah kesehatan masyarakat menurut klasifikasi WHO (1995). Keadaan ini menunjukkan bahwa anak-anak di Ciptagelar tidak hanya mengalami masalah gizi akut melainkan juga mengalami masalah gizi kronis.

Kalau dilihat nilai Z-skor, rata-rata Z-skor BB/U, TB/U, BB/TB, dan IMT/U masing-masing adalah -0,93; -0,61; -0,43; dan -0,44. Berdasarkan rata-rata, nilai Z-skor tampaknya masih tergolong normal.

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa semakin tinggi umur ibu, semakin baik status gizi anak balita. Kemungkinan dengan semakin dewasa usia ibu semakin berpengalaman merawat anak sehingga semakin baik perawatan/pengasuhan anaknya. Persamaan regresinya adalah sebagai berikut:

$$\text{Status gizi (ZTBU)} = -15.468 + 0,753 \text{ usia ibu}; \\ \text{disesuaikan } R^2 = 0,531; p = 0,002$$

### Asupan Energi dan Kecukupan Gizi Balita

Anak balita merupakan kelompok penduduk yang rawan akan kekurangan gizi. Penilaian atas asupan energi dan zat gizi anak balita dapat menggambarkan seberapa rawan anak balita mengalami kekurangan

Tabel 5 Klasifikasi rumah tangga menurut tingkat kecukupan konsumsi zat gizi

Zat Gizi	Klasifikasi % AKG			
	< 70	70–90	90–120	> 120
Energi	9,2	0,0	23,1	67,7
Protein	6,2	1,5	4,6	87,7
Kalsium	26,2	10,8	18,5	44,6
Besi	4,6	10,8	15,4	69,2
Vit. A	75,4	10,8	6,2	7,7
Vit. C	86,2	6,2	1,5	6,2

Tabel 6 Ciri balita

Karakteristik balita	Rata-rata ± Sd
Umur (bulan)	27,7 ± 19,7
Bobot badan (kg)	11,1 ± 4,2
Tinggi badan (cm)	83,0 ± 18,8

Tabel 7 Sebaran balita menurut status gizi saat ini

Kategori status gizi	BB/U		TB/U		BB/TB		IMT/U	
	n	%	n	%	n	%	n	%
Kurang (skor Z < -2)	2	12,5	5	31,2	2	12,5	4	25,0
Normal (-2 < skor Z < +2)	14	87,5	9	56,3	12	75,0	10	62,5
Lebih (skor Z > +2)	0	0,0	2	12,5	2	12,5	2	12,5
Rata-rata skor Z ± Sd	-0,93 ± 1,30		-0,61 ± 2,47		-0,43 ± 2,18		-0,44 ± 2,42	

energi dan zat gizi dalam rumah tangga mereka. Rata-rata asupan energi dan protein anak balita masing-masing 1.180 kkal dan 31 g protein (Tabel 8). Secara rata-rata asupan energi dan protein anak balita sudah melebihi kecukupan energi dan proteinnya.

Asupan mineral, dalam hal ini kalsium dan besi, juga sudah melebihi kecukupan gizi. Asupan kalsium dan besi masing-masing 475 dan 5,9 mg atau lebih dari 1,5x AKG. Pemenuhan kebutuhan kalsium ini penting untuk pertumbuhan tulang anak, sedangkan pemenuhan besi untuk menjamin agar anak tidak mengalami anemia gizi besi.

Asupan vitamin A anak balita rata-rata 624 RE dan ini sudah melebihi kecukupan gizinya. Keadaan sebaliknya terjadi pada asupan vitamin C. Asupan vitamin C masih rendah (hanya 23 mg). Asupan vitamin C ini hanya memenuhi separuh kecukupan vitamin C. Asupan vitamin C yang rendah ini tidak mampu memenuhi kebutuhan fisiologis tubuhnya, karena itu kemungkinan tidak mampu untuk membantu memperlancar penyerapan besi serta memenuhi peran antioksidan.

Tingkat kecukupan protein sangat dipengaruhi oleh pendapatan keluarga. Semakin tinggi pendapatan, semakin tinggi juga tingkat kecukupan protein anak balita. Pendapatan yang lebih baik memungkinkan rumah tangga untuk mengakses makanan sumber protein yang lebih baik. Persamaan regresi adalah

$$\text{Tingkat kecukupan protein} = 47.793 + 0,619 \text{ pendapatan per kapita}; \text{ disesuaikan } R^2 = 0,336; p = 0,014$$

Akan tetapi jika dianalisis sebaran anak balita menurut klasifikasi AKG (Tabel 9) ternyata masih ditemukan anak balita yang asupan gizinya kurang dari 70% AKG, masing-masing 18% untuk energi, 25% untuk protein, 56% untuk kalsium, 12% untuk besi, 56% untuk vitamin A, dan 62% untuk vitamin C.

Di sisi lain, jika dibandingkan dengan proporsi kecukupan 70% di tingkat rumah tangga, proporsi anak balita yang asupannya di bawah 70% AKG lebih besar. Artinya anak balita merupakan kelompok yang kurang diprioritaskan pemenuhan gizinya. Hal ini mungkin saja terjadi pada berbagai keadaan: (1) budaya setempat masih memprioritaskan makanan untuk kepala keluarga sebagai pencari nafkah, (2) ketidaktahuan ibu tentang gizi dan kebutuhan gizi anak, dan (3) ibu sibuk bekerja di ladang sehingga anak cenderung “ditelantarkan”.

Tabel 8 Keadaan balita berdasarkan konsumsi energi, AKG dan % AKG

Zat gizi	Asupan	AKG	% AKG
Energi (kcal)	1.179,6 ± 674,3	971,9 ± 384,3	135,9 ± 88,6
	31,2 ± 22,0	23,8 ± 10,4	157,8 ± 149,7
Protein (g)	476,7 ± 619,1	431,3 ± 101,4	160,5 ± 300,4
	5,9 ± 5,1	7,0 ± 2,7	199,2 ± 529,4
Kalsium (mg)	624,2 ± 758,8	409,4 ± 25,6	157,5 ± 193,1
	23,6 ± 29,3	44,4 ± 4,4	54,6 ± 68,7

Tabel 9 Klasifikasi balita menurut tingkat kecukupan konsumsi zat gizi

Zat gizi	Klasifikasi % AKG			
	< 70	70–90	90–120	> 120
Energi	18,8	25,0	12,5	43,8
Protein	25,0	12,5	12,5	50,0
Kalsium	56,3	0,0	12,5	31,3
Besi	56,3	12,5	12,5	18,8
Vit. A	56,3	0,0	6,3	37,5
Vit. C	62,5	6,3	6,3	25,0

**Strategi Bertahan**

Akses individu dalam menjangkau kebutuhan pangan sangat dipengaruhi oleh daya beli, tingkat pendapatan, harga pangan, proses distribusi pangan, kelembagaan di tingkat local, dan faktor sosial lainnya (Usfar 2002). Dalam penelitian ini yang dimaksud dengan strategi bertahan (*coping strategy*) ialah upaya-upaya yang dilakukan masyarakat ketika menghadapi situasi sulit terkait dalam keterbatasan pendapatan. Dalam situasi keterbatasan ekonomi, masyarakat mungkin akan melakukan proses adaptasi yang mengarah pada perubahan kebiasaan makan. Yang pertama dilakukan masyarakat untuk menghadapi kendala pendapatan adalah membeli makanan yang lebih murah (Tabel 10). Hal ini dinyatakan selalu oleh 23,1% responden di Kasepuhan Ciptagelar, sering (24,6%), dan kadang-kadang (16,9%). Makanan umumnya dapat disubstitusi manakala terjadi kelangkaan komoditas atau ada kendala pendapatan. Misalnya, pangan hewani daging atau telur bisa diganti dengan pangan nabati tahu/tempe yang harganya lebih murah. Namun, ada pula makanan yang sulit tergantikan oleh

Tabel 10 Strategi bertahan terkait dengan perilaku perubahan kebiasaan makan

Strategi bertahan	Tidak pernah		Jarang		Kadang-kadang		Sering		Selalu	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Membeli makanan yang lebih murah harganya	10	15,4	13	20,0	11	16,9	16	24,6	15	23,1
Mengurangi jenis pangan yang dikonsumsi (misal: dari 3 jadi 2 jenis)	22	33,8	18	27,7	7	10,8	15	23,1	3	4,6
Mengubah prioritas pembelian pangan	26	40,0	13	20,0	8	12,3	13	20,0	5	7,7
Mengurangi porsi makan	53	81,5	8	12,3	4	6,2	0	0,0	0	0,0

pangan lain seperti beras. Beras menjadi makanan pokok bagi masyarakat Indonesia umumnya termasuk masyarakat di Kasepuhan Ciptagelar. Meski sebagai sumber energi beras dapat digantikan oleh umbi-umbian, umumnya masyarakat akan berupaya dengan segala kemampuan untuk memperoleh beras bagi keluarganya. Bagi masyarakat Kasepuhan Ciptagelar, beras disimpan di dalam *leuit* sebagai cadangan yang sewaktu-waktu dapat digunakan. Oleh sebab itu, masyarakat Kasepuhan Ciptagelar sesungguhnya sangat jarang mengalami keterbatasan pasokan pangan khususnya beras.

Hal kedua yang dilakukan masyarakat terkait dengan kendala pendapatan ialah mengurangi jenis pangan yang dikonsumsi. Hal ini dinyatakan selalu oleh 4,6% responden, sering (23,1%), dan kadang-kadang (10,8%). Lebih separuh lainnya menyatakan tidak pernah dan jarang. Dalam pola hidup sederhana seperti dipraktikkan oleh masyarakat Kasepuhan Ciptagelar, konsumsi pangan pun sebenarnya jauh dari kemewahan sebagaimana dipraktikkan masyarakat di kota-kota besar. Itulah sebabnya, lebih separuh responden tidak melakukan atau jarang melakukan strategi bertahan dalam bentuk mengurangi jenis pangan. Strategi bertahan dalam bentuk mengubah prioritas pembelian pangan mempunyai profil angka persentase yang mirip dengan strategi sebelumnya. Strategi terakhir, yakni mengurangi porsi makanan mempunyai profil angka persentase yang berbeda dan hal ini bisa dilihat dari Tabel 10 bahwa 81,5% responden menyatakan tidak pernah mengurangi porsi makan meski sedang mengalami kendala pendapatan. Makan adalah kebutuhan fisiologis yang utama, oleh karena itu dalam situasi apapun kebutuhan akan hal ini harus diutamakan.

## KESIMPULAN

Jumlah anggota rumah tangga di Kasepuhan Ciptagelar tergolong rumah tangga ideal, yakni berjumlah 3–4 orang. Umur istri 6,1 tahun lebih muda dari suami. Rata-rata lama pendidikan suami dan istri pada umumnya kurang dari 5 tahun atau tidak sampai lulus sekolah dasar. Pendapatan rumah tangga adalah Rp285.753,00 per kapita per bulan, sedangkan pengeluaran totalnya mencapai Rp393.590,00 atau hampir 1,5 kali lebih tinggi dari pendapatan. Secara umum sumber pendapatan rumah tangga di

dapat dari pekerjaan suami dan istri sebagai petani. Pengeluaran pangan rumah tangga terbesar berturut-turut digunakan untuk membeli minuman (12,13%), lauk pauk (11,52%), dan jajanan (10,87%). Padi tidak boleh diperjualbelikan. Adapun pengeluaran non-pangan didominasi untuk membeli rokok (23,17%) dan lain-lain termasuk transpor, sumbangan, pajak, kredit, dan pulsa (10,22%).

Asupan energi rumah tangga rata-rata 2.800 kkal. Asupan tersebut sudah melebihi angka kecukupan gizi yang dianjurkan (145%). Asupan protein juga tinggi, yaitu 100 g atau hampir 2x angka kecukupan protein. Asupan kalsium rata-rata 870 mg. Asupan kalsium ini sudah memenuhi angka kecukupan kalsium. Seperti asupan kalsium, asupan besi rata-rata juga sudah tinggi, yaitu 25 mg dan sudah melebihi angka kecukupan besi (160%). Asupan besi yang tinggi kemungkinan karena konsumsi makanan sumber protein juga tinggi. Asupan vitamin A dan vitamin C masih rendah, masing-masing 286 RE dan 22 mg. Asupan vitamin A tersebut hanya memenuhi separuh kebutuhan vitamin A. Asupan vitamin C lebih rendah lagi, yaitu hanya memenuhi sepertiga kebutuhan rumah tangga.

Prevalensi bobot rendah pada anak balita 12,5%, prevalensi pengerdilan 31%, prevalensi *wasting* 12,5%, dan prevalensi kurus 25%. Prevalensi pengerdilan ini sedikit lebih rendah dibandingkan dengan prevalensi pengerdilan di Indonesia hasil Riskeudas tahun 2010. Nilai rata-rata skor Z BB/U, TB/U, BB/TB, dan IMT/U masing-masing adalah -0,93; -0,61; -0,43; dan -0,44. Berdasarkan nilai skor Z, tampaknya keadaan ini masih tergolong normal. Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa semakin tinggi umur ibu, semakin baik status gizi anak balita. Kemungkinan dengan semakin dewasa usia ibu semakin berpengalaman merawat anak sehingga semakin baik perawatan/pengasuhan anaknya.

Hal pertama dilakukan masyarakat untuk menghadapi kendala pendapatan adalah membeli makanan yang lebih murah. Hal ini dinyatakan selalu oleh 23,1% responden di Kasepuhan Ciptagelar, sering (24,6%), dan kadang-kadang (16,9%). Hal kedua adalah mengurangi jenis pangan yang dikonsumsi. Hal ini dinyatakan selalu oleh 4,6% responden, sering (23,1%), dan kadang-kadang (10,8%). Lebih separuh lainnya menyatakan tidak pernah dan jarang. Dalam pola hidup sederhana seperti dipraktikkan oleh masyarakat Kasepuhan Ciptagelar, konsumsi pangan pun sebenarnya jauh

dari kemewahan sebagaimana dipraktikkan masyarakat di kota-kota besar. Itulah sebabnya, lebih separuh responden tidak melakukan atau jarang melakukan strategi bertahan dalam bentuk mengurangi jenis pangan. Strategi bertahan dalam bentuk mengubah prioritas pembelian pangan mempunyai profil angka persentase yang mirip dengan strategi sebelumnya. Strategi terakhir, 81,5% responden menyatakan tidak pernah mengurangi porsi makan meski sedang mengalami kendala pendapatan. Makan adalah kebutuhan fisiologis yang utama, oleh karena itu dalam situasi apapun kebutuhan akan hal ini harus diutamakan.

Mengingat asupan gizi dan status gizi anak balita di Kasepuhan Ciptagelar masih cukup banyak yang termasuk kategori kurang, maka perbaikan pola asuh makan perlu lebih diperhatikan. Ketersediaan pangan di Kasepuhan Ciptagelar termasuk tinggi; hal ini dicerminkan dengan banyaknya *leuit* (lambung padi) di tingkat masyarakat. Selain itu, lahan di Kasepuhan Ciptagelar relatif subur sehingga kemudahan akses pangan ini perlu didukung oleh kemampuan ibu rumah tangga di dalam pola asuh makan bagi anak balitanya. Diharapkan perbaikan pola asuh makan dapat memperbaiki asupan gizi dan status gizi anak balita.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi, Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan, dan LPPM Insitut Pertanian Bogor yang telah memfasilitasi penelitian ketahanan pangan dan gizi serta mekanisme bertahan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anonim. 2011. Demokrasi Ekonomi di Kasepuhan Ciptagelar. <http://www.berdikarionline.com/kabar-rakyat/20111009/demokrasi-ekonomi-di-kasepuhan-ciptagelar.html#ixzz33S5WD3Bt>. Di akses: 28 Mei 2014.
- den Hartog AP, van Staveren WA, Brouwer ID. 2006. Food Habits and Consumption in Developing Country. The Netherlands (NL): Wageningen Academic Publishers.
- [DEPKES] Departemen Kesehatan. 2013. Laporan Nasional Hasil Riset Kesehatan Dasar 2010 (Riskesdas 2013). Bagian Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Jakarta (ID): Departemen Kesehatan RI.
- [DEPDIKBUD] Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. 1997. Adat dan Kebiasaan Makan pada Masyarakat Tradisional di Kalimantan. Putra Sejati Raya. Jakarta (ID).
- Khomsan A. 1993. *Keragaan Kebiasaan Makan: Proyek Diversifikasi Pangan dan Gizi*. Media Gizi dan Keluarga. 17(2): 29–33.
- Khomsan A, Anwar F, Sukandar D, Riyadi H, Mudjajanto ES, Wigna W. 2012. Aspek Sosio-Budaya Gizi dan Sistem Pangan Suku Baduy. Bogor (ID): IPB Press.
- Leyna GH, Mmnaga EJ, Mnyika KG, Hussain A, Klepp KI. 2010. Food insecurity is associated with food consumption patterns and anthropometric measures but not serum micronutrient levels in adults in rural Tanzania. *Public Health Nutrition*. 13(9): 1438–1444. 3 Maret 2010. doi:10.1017/S1368980010000327.
- Nurani AS, Sukandar D, Khomsan A, Rahmawati Y. 2009. Studi Indikator Ketahanan Pangan Rumahtangga Ditinjau dari Aspek Pendidikan, Ekonomi, dan Konsumsi Pangan. Bandung (ID): Universitas Pendidikan Indonesia.
- Nguyen PH, Strizich G, Lowe A, Nguyen H, Pham H, Truong T, Nguyen S, Martorell R, Ramakrishnan U. 2013. Food consumption patterns and associated factors among Vietnamese women of reproductive age. *Nutrition Journal*. 12:126. Online 12 September 2013. Doi:10.1186/1475-2891-12-126.
- Park SY, Suzanne PM, Lynne RW, Jennifer FY, Sangita S, Jean HH, Brian EH, Laurence NK. 2005. Dietary patterns using the food guide-pyramid groups are associated with socio-demographic and lifestyle factors: the multiethnic cohort study. *J. Nutr*. 135: 84–849.
- [RAN-PG] Rencana Aksi Nasional Pangan dan Gizi. 2011. Rencana Aksi Nasional Pangan dan Gizi Tahun 2011–2015. Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional/Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (BAPPENAS). Jakarta (ID).
- Sigit RR. 2012. Seren Taun: Tradisi Syukur Panen Padi Ciptagelar yang Eksis Sejak 644 tahun yang lalu (bagian-1). <http://www.mongabay.co.id/2012/09/05/seren-taun-tradisi-syukur-panen-padi-ciptagelar-yang-eksis-sejak-644-tahun-yang-lalu-bagian-1/>. Di akses: 2 Juni 2014.
- Suryana A. 2005. Kendala, Tantangan dan Kebijakan dalam Upaya Mewujudkan Pemantapan Ketahanan dan Kemandirian Pangan Nasional ke Depan. Makalah disampaikan pada Semiloka Nasional Bidang IPTEK yang diselenggarakan oleh Dewan Pimpinan Pusat Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah (DPP-IMM), Hotel Sopyan Cikini Jakarta (ID), 12 Maret 2005.
- Usfar AA. 2002. *Household Coping Strategies for Food Security in Indonesia and Relation to Nutrition Status: A Comparison Before and After*

*the 1997 Economic Crisis*. Stuttgart: Verlag Ulrich  
E Grauer, Beureun, Germany (GER).

WHO. 1995. *Physical Status: the Use and  
Interpretation of Anthropometry*. Report of a WHO  
Expert Committee. Geneva (CH): WHO.